

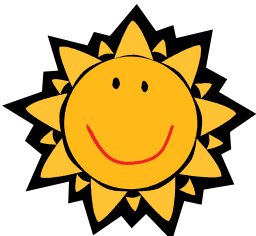
SPIKES CLUB GLATTAL LEICHTATHLETIK KLOTEN

Das gehört in die Trainingstasche:

- Hallenschuhe
- Aussenschuhe (Spikes + Laufschuhe)
- Trainingsanzug
- Tights
- Trainingsshirts (auch zum wechseln)
- Regenjacke
- Springseil
- Leuchtweste
- Duschmaterial
- Badetuch
- Elastische Binde
- Pflaster
- Trinkflasche
- Ersatzschuhbündel
- Ersatzspikes (inkl. Schlüssel)
- Schreibmaterial (für Notizen Anlauf etc.)



- Mütze
- Handschuhe
- Halstuch
- Pullover



- Sonnenbrille
- Sonnencreme
- Sonnenhut